

# La alimentación ética

El respeto a los derechos de las personas y al medio ambiente son las bases para tomar decisiones éticas en nuestra alimentación.

TEXTO JOSÉ A. RODRÍGUEZ

**C**omer es un acto cotidiano que tiene importantes consecuencias para muchas personas y el medio ambiente. En muchas ocasiones, cuando compramos, por ejemplo, un kilo de tomates, no somos conscientes de que hay trabajadores que han contribuido a que esos tomates lleguen a nuestra casa y que, sin embargo, no han cobrado el dinero justo por su esfuerzo. O, cuando compramos carne, debemos tener en cuenta que éste es, precisamente, uno de los alimentos que más contribuyen al derroche de agua. Y es que comer, comprar comida, sentarse en un restaurante... implica tomar decisiones con un importante componente ético.

## ¿QUÉ ES LA ALIMENTACIÓN ÉTICA?

Como explica Esther Vivas, activista y especialista en soberanía alimentaria, la alimentación ética es aquella que "tiene en cuenta criterios de justicia social y ecológica, ya que se paga un precio justo al campesino o al productor. Y las relaciones comerciales que se establecen en torno al producto desde su producción hasta su consumo están basadas en criterios justos y ecológicos". El problema es que el modelo que impera en los países desarrollados está fundamentado en criterios que tienen un impacto negativo social y ecológico muy fuerte. "Aproximadamente el 70% de la población mundial se alimenta con productos producidos por ellos mismos, que provienen de campesinos locales, que no viajan cen-

tenares o miles de kilómetros...", señala Gustavo Duch, coordinador de la revista *Soberanía Alimentaria, Biodiversidad y Culturas*. Porque la inmensa mayoría de la población no vive en países desarrollados. Bien distinta es la ética de la alimentación en los países más ricos: "En cambio, el 30% de la población consume en un modelo de agricultura industrial que no es ético, pues está basado en la explotación del ser humano y la naturaleza".

## SUSPENSO EN ÉTICA

Son numerosos los aspectos de este modelo de agricultura y ganadería industrial que suspenden un examen ético. Ya en el mismo origen de los productos, los campesinos o los productores suelen verse perjudicados. Esther Vivas destaca que "el diferencial de compra, es decir, la diferencia entre lo que se paga al campesino o productor y lo que acaba pagando el consumidor, es de un 500% de media". Es decir, que, como media, acabamos pagando cinco veces más por un producto que lo que cobra la persona que lo ha producido. Es lo que se conoce como Índice de Precios en Origen y Destino de los alimentos (IPOD). Según un informe publicado el pasado mes de agosto por la Coordinadora de Organizaciones de Agricultores y Ganaderos (COAG), la diferencia de precios en el caso de la cebolla es del 600%, del 738% para el calabacín, del 589% para la nectarina, del 475% para el ajo, del 332% para la manzana, del 349% para la carne de ternera, del 382% para el conejo y del 170% para la leche de vaca. "Algo que,

sin duda, es poco ético", apunta Esther Vivas, "y que explica que el campesinado salga perdiendo en los países del Sur pero también en los del Norte. Y que salgan ganando los intermediarios". Porque para que se produzca esta brutal subida de los precios es necesario que el productor o trabajador ajusten tanto sus márgenes de beneficios o sus salarios que, si los tienen, muchas veces son insuficientes para llevar una vida digna. "Y, para que la alimentación sea ética, hay que garantizar que los alimentos sean generadores de un medio de vida para el que lo produce", afirma Gustavo Duch.

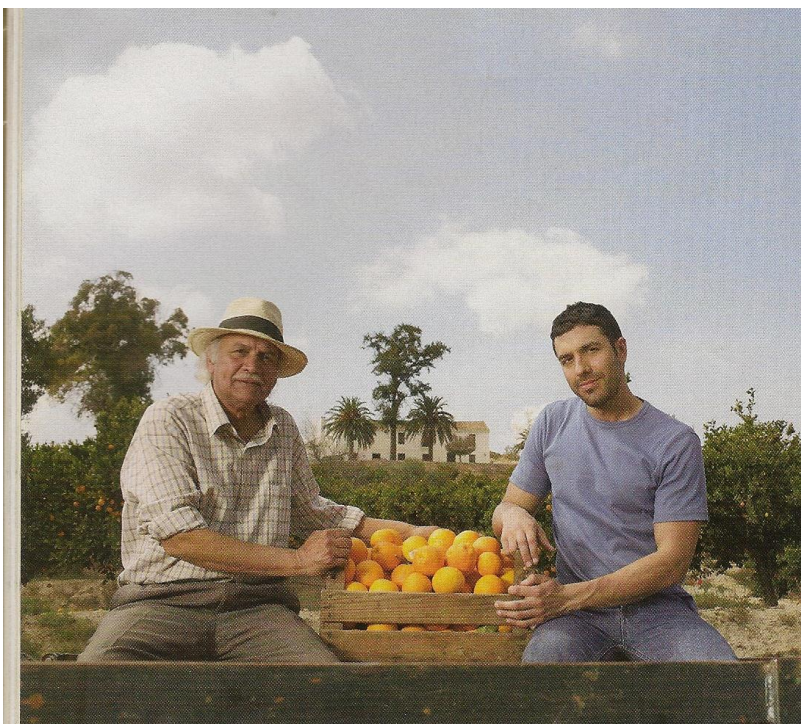
## UNA DECISIÓN ÉTICA: OPTAR POR EL COMERCIO JUSTO

Como es lógico, lo que no es ético es la especulación. En este sentido, una alternativa ética son los productos de comercio justo, que garantiza que todas las personas y organizaciones implicadas en la cadena productiva y distributiva del alimento reciban una compensación justa. Como considera Neus Monllor, doctora en geografía y medio ambiente, "hay que pagar el precio justo de los alimentos, no el precio ajustado".

¿Cuáles son los criterios para saber si un alimento es de comercio justo? La Organización Mundial de Comercio Justo (WFTO, por sus siglas en inglés) prescribe diez estándares que deben seguir las organizaciones de comercio justo:

1. Crear oportunidades para productores en desventaja económica.
2. El comercio justo es una estrategia para aliviar la pobreza y para el desarrollo sostenible.





## Comer fuera de casa de forma ética

**- Y para beber me pone una Coca-Cola, por favor.**

**- Lo siento, en este restaurante no servimos Coca-Cola.**

Este es uno de los diálogos que se producen con cierta frecuencia en el restaurante de Neus Monllor, el espacio Tomata, situado en Burg, un encantador pueblo del Pirineo de Lleida. En su restaurante hacen "gastronomía ética". Para garantizarlo, Neus Monllor intenta dar fe de la procedencia y el proceso por el que han pasado casi todos los alimentos con los que trabajan. "Nos relacionamos directamente con los campesinos locales y nos informamos de dónde vienen los alimentos, quién lo ha producido, en qué condiciones... Así que todo es ecológico o artesano." Este restaurante está en la línea de otros establecimientos, como los de kilómetro 0, que apuestan por ingredientes de productores cercanos y que cada vez son más habituales. Los restaurantes de kilómetro 0 tienen un distintivo que así lo acredita y deben ofrecer un mínimo de cinco platos con al menos un 40% de ingredientes que sean de productores locales (como máximo, a cien kilómetros

de distancia). Y estos restaurantes se enmarcan en un movimiento más amplio, el Slow Food (comida lenta), que, como indica la web Slow Food España, "se fundó en 1989 para contrarrestar la fast food y la fast life, impedir la desaparición de las tradiciones gastronómicas locales y combatir la falta de interés general por la nutrición, los orígenes, los sabores y las consecuencias de nuestras elecciones alimentarias". Según Slow Food España, hay ya 71 restaurantes kilómetro 0 en todo el país. Y alguno puede presumir, incluso, de estrella Michelin.

Los clientes que vayan a estos restaurantes sabiendo adónde acuden tienen garantizada una placentera experiencia gastronómica y ética. Pero ¿y los que entran pensando que van a un restaurante de los de siempre? "Pues algunos conectan enseguida", explica Neus Monllor, "y otros no quieren que les expliques muchas cosas. Pero a nosotros nos gusta explicar qué tipo de gastronomía proponemos, para que todos puedan llevarse una experiencia positiva. Es importante entender que todo lo que comes tiene un sentido a nivel económico, social o ambiental".



3. Transparencia y rendición de cuentas.
4. Deben desarrollar la independencia del productor.
5. Deben generar conciencia sobre el comercio justo y la posibilidad de una mayor justicia en el comercio mundial, el pago de un precio justo y la valoración y recompensa debidamente el trabajo de la mujer.
6. Los productores deben trabajar en un entorno seguro y saludable.
7. La participación de niños (si la hubiera) no debe afectar de manera adversa a su bienestar, su seguridad ni sus requerimientos educativos y recreativos.
8. Deben respetar la Convención de las Naciones Unidas para los Derechos del Niño así como las leyes locales y normas sociales para asegurar su protección.
9. Deben promover activamente mejores prácticas medioambientales y la aplicación de métodos de producción responsables.
10. Deben comerciar con una preocupación por el bienestar social, económico y medioambiental de los pequeños productores marginados y no maximizar sus ganancias a costa de ellos.

### EL RESPETO POR EL MEDIO AMBIENTE

Otro de las implicaciones poco éticas del modelo de agricultura y ganade-





ría industrial es que está acabando con los recursos naturales del planeta. Para que sea ética, toda la cadena alimentaria (producción, distribución...) debe ser respetuosa con el medio ambiente. En la agricultura y la ganadería industrial se emplea muchísimo petróleo para transportar alimentos de una parte del mundo a otra. Según Jules Pretty, profesor de la Universidad de Essex (Reino Unido), este tipo de agricultura gasta entre seis y siete veces más energía por unidad de alimento obtenido que la opción agroecológica. Además, la Organización para la Agricultura y la Alimentación de las Naciones Unidas (FAO, por sus siglas en inglés) señala que el 33 % de la superficie agrícola se dedica a la producción de grano para piensos, lo que supone la deforestación de grandes extensiones de bosques.

#### EL EJEMPLO DE LA CARNE

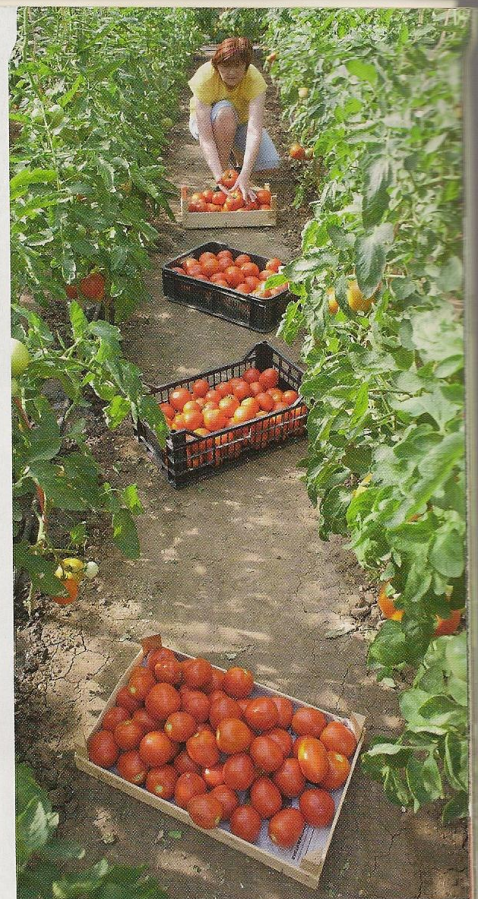
Para entender las implicaciones éticas del modelo de agricultura y ganadería industrial, basta tomar como ejemplo el caso de la carne, uno de los alimentos *estrella* en los países desarrollados. Muchas personas optan por el vegetarianismo porque quieren defender los derechos de los animales. Pero hay más motivaciones éticas para no comer carne o, por lo menos, reducir su consumo. A juicio de Gustavo Duch, “la carne no ecoló-

gica es uno de los alimentos que más problemas causa en el medio ambiente. Para producir carne de forma intensiva se necesita un consumo muy elevado de agua, se alimenta a los animales con pienso y se dedican millones de hectáreas muy fértiles en países como Brasil o Argentina para alimentar al ganado. Y eso provoca que las mejores tierras del mundo las compren fondos de inversión. Por tanto, cuanto más carne se come en los países del Norte, más campesinos del Sur son expulsados de sus tierras”. Es el peligro de los monocultivos, como el de la soja, que se emplea para alimentar a los animales que formarán parte de los menús del primer mundo pero también como biocombustible.

#### MÁS DECISIONES ÉTICAS: ECOLÓGICO, LOCAL Y DE TEMPORADA

Una decisión ética muy sencilla es apostar por los productos ecológicos, que son aquellos que están libres de productos químicos de síntesis como pesticidas, herbicidas químicos, hormonas de crecimiento o fertilizantes artificiales. Así que son éticos con el medio ambiente y, además, no ponen en peligro nuestra salud.

Por otro lado, es aconsejable optar por los productos locales. Porque es absurdo consumir fruta o verduras que han via-



## Compra ética

Una manera práctica de asegurarse de que la cesta de la compra se llena de forma ética es huir de los supermercados y las grandes superficies y optar por las cooperativas de consumo agroecológico. Éstas son grupos de personas organizadas para comprar de forma conjunta alimentos ecológicos y de proximidad. El objetivo no es únicamente adquirir alimentos que sean saludables, sino potenciar un modelo de agricultura y ganadería ético. Por ejemplo, se comprometen a pagar un precio justo al productor. Es un modelo que favorece a los pequeños productores, que es respetuoso con el medio ambiente y que facilita las relaciones personales, ya que permite que vecinos de un mismo barrio cooperen. Aunque hay diferentes formas de organización, las personas que participan suelen ser socios consumidores y tienen voz y voto en las decisiones que se toman. Además, se reparten las tareas, como contactar con los productores, gestionar los pedidos, mantener el local... Es tal su éxito que en algunas cooperativas hay lista de espera.





## Un desastre ético: tirar alimentos

El dato es doloroso: los europeos tiran la mitad de la comida que compran. Aunque el desperdicio no es responsabilidad exclusiva de los consumidores, Gustavo Duch explica que “en el modelo de agricultura y ganadería industrial se tira el 50% de los alimentos”. Parte importante se pierde en origen, “pues aunque el campesino quiere vender, las grandes superficies exigen que los alimentos cumplan determinadas características que no tienen que ver con su valor nutritivo”. Por ejemplo, descartan los tomates picados. Durante el transporte de una parte del mundo a otra “se estropean muchos alimentos”. Los supermercados también tiran alimentos por su fecha de caducidad o de consumo preferente o porque no cumplen criterios estéticos. “Y los consumidores tiran comida porque compran más de lo que necesitan, no aprovechan los restos o se despistan con las fechas de caducidad”. Un desastre ético si pensamos en los millones de personas que no pueden alimentarse adecuadamente. Pero se puede evitar comprando los alimentos necesarios, planificando los menús de la semana o donando los alimentos que nos sobren a un banco de alimentos.

jado miles de kilómetros, con el consiguiente gasto de petróleo que supone, si hay campesinos que las producen a poco kilómetros de casa. Sin olvidar que de este modo es más fácil asegurarse “que la persona que produce los alimentos ha cobrado un precio justo”, apunta Esther Vivas. La alimentación de proximidad es un modelo en alza gracias a que cada vez más personas optan por una alimenta-

ción ética. “Y, a la vez, está emergiendo un nuevo modelo de campesinado, los nuevos campesinos, que se rigen por criterios éticos”, señala Neus Monllor, autora de una tesis doctoral titulada: *Explorando la joven payesía: caminos, prácticas y actitudes en el marco de un nuevo paradigma social*. “Estos nuevos campesinos son un grupo de gente mayoritariamente joven que se aleja del modelo agroindustrial impuesto en los años sesenta y setenta. Buscan su autonomía, producen a escala más pequeña, ecológica, venden directamente sus productos, organizan mercados...” En definitiva, un modelo de alimentación más humano y ético, ya que tiene en cuenta más factores que el meramente económico.

Así que comprar directamente a estos nuevos campesinos, o a los intermediarios que no inflan el precio de forma injusta, es alimentarse de forma ética y responsable. Otro factor ético es tener en cuenta “cuáles son los productos de temporada”, indica Esther Vivas. Al consumir productos de temporada, es más fácil que éstos provengan de la actividad agrícola local. De este modo, se reduce el transporte de alimentos por todo el mundo y la implantación de monocultivos intensivos que diezman las tierras de muchos países. Las frutas y verduras, por ejemplo, son alimentos de temporada. La Organización de Consumidores y Usuarios (OCU) pone a disposición en su página web un calendario con las frutas y verduras en función de su temporada (<http://www.ocu.org/alimentacion/alimentos/calculadora/calendario-de-frutas-y-verduras>).

### EL PESCADO: UN GRAN RETO ÉTICO

Pero hay que tener en cuenta, además, la temporada de pesca. Algunos de los mayores atentados éticos en la alimentación actual derivan de la pesca excesiva o en condiciones infrahumanas. Ya lo avisa el Fondo Mundial para la Naturaleza (WWF, por sus siglas en inglés): “Si no cambian las cosas, según un estudio publicado en la prestigiosa revista *Science* se estima que el conjunto de las pesquerías mundiales se agotará antes del año 2048. Según otros estudios recientes en la misma línea, el 90% de los grandes peces (atunes y tiburones) han desaparecido en el último siglo y cada año mueren 300.000 tortugas marinas y 250.000 cetáceos en artes de pesca”. Por este motivo, una decisión ética sería no

consumir aquellas especies que están seriamente amenazadas, como es el caso del atún, el bacalao del norte, la anguila, el besugo, el fletán, el rodaballo o el rape del Atlántico. Sin olvidar que hay pescados cuyo proceso de extracción “supone un auténtico robo a mano armada”, explica Gustavo Duch, por las condiciones laborales de los pescadores. “Es el caso de la perca del Nilo”, que en España se vende muchas veces de forma fraudulenta como mero, “y que como está dedicada exclusivamente a la exportación, priva de proteínas a los países que rodean el lago Victoria, en África central”.

¿Y cómo saber, cuando vamos al mercado, qué especies están en peligro? WWF tiene en su web la “Guía de consumo responsable de pescado de WWF”, que indica las especies cuyo consumo es “recomendable” (son especies no sobreexplotadas y cuya captura tiene un impacto leve sobre los ecosistemas o provienen de instalaciones de acuicultura responsable), “aceptable” (hay problemas ambientales asociados a su captura o cultivo y se recomienda un consumo moderado) y “no recomendado” (especie cuya población está sobreexplotada o agotada o su captura es muy destructiva o procede de una acuicultura que daña gravemente los ecosistemas). Todo ello irá en favor de la pesca sostenible, que, como indica WWF, es la “gestión pesquera basada en el ecosistema que pretende alcanzar una explotación sostenible de los recursos pesqueros a través de un equilibrio entre las necesidades socioeconómicas de las comunidades y la conservación de los océanos”.

### DETRÁS DE UN ALIMENTO SIEMPRE HAY PERSONAS

Pero para que el consumidor sepa exactamente qué está comprando, si la lata de conservas o el paquete de pasta que tiene delante han pasado por un proceso ético, “es fundamental que las etiquetas de los alimentos digan la verdad”, señala Gustavo Duch. Muchas veces, el etiquetado no permite saber el proceso por el que ha pasado un producto, si es que no miente directamente y sugiere que proviene del comercio justo o ecológico cuando no es verdad. Y es importante conocer ese proceso para tomar decisiones justas, ya que detrás de una caja de cereales, un kilo de tomates o un pack de yogures hay personas que han trabajado para que podamos alimentarnos. ■